

rica em proteínas (76%), composta

exclusivamente por proteínas isoladas e

concentradas do soro de leite (proteína

Whey), com uma elevada concentração em

BCAA's (aminoácidos de cadeia ramificada

de rápida absorção e digestão. O principal

acúcar. Esta fórmula não contém acúcares

encontram-se naturalmente nos ingredientes.

Para completar esta fórmula, foi adicionado

adicionados os acricares presentes

um complexo de Enzimas digestivas -

A toma diária de TOTAL WHEY GOLDNUTRITION®

fornece um alto teor de Proteínas. Tiamina.

Riboflavina, Niacina, Ácido Pantoténico.

Vitamina B6 e Cálcio, sendo também uma

As Proteínas contribuem para o crescimento e

a manutenção da massa muscular, enquanto a

Vitamina B6 participa no metabolismo normal

Cálcio têm um papel no normal funcionamento

Pantoténico e a Vitamina B6 contribuem para

muscular, A Niacina, a Riboflavina, o Acido

a redução do cansaco e da fadiga.

Lactase, Papaína e Bromelaína.

fonte de Potássio e Fósforo.

Estas proteínas são altamente solúveis e

adocante utilizado é a Sucralose, o único adocante não calórico obtido a partir do





TOTAL WHEY GOLDNUTRITION® é uma fórmula

TOTAL WHEY GOLDNUTRITION® es una fórmula rica en proteínas (76%) compuesta exclusivamente por proteínas concentradas y aisladas de suero de leche (proteína Whey), que aportan una elevada cantidad de aminoácidos de cadena ramificada (BCAA's). Estas proteínas son altamente solubles, fáciles de digerir y de absorber. El edulcorante principal utilizado es la Sucralosa, el único edulcorante obtenido a partir del azúcar que no aporta calorías. En esta fórmula no fueron añadidos azúcares. los azúcares que contiene están naturalmente presentes en los ingredientes. Para completar esta fórmula, fue añadido un compleio de Enzimas digestivas - Lactasa, Papaina y

La toma diaria de TOTAL WHEY GOLDNUTRITION® aporta un alto contenido de Proteínas Tiamina, Riboflavina, Niacina, Acido Pantoténico, Vitamina B6 y Calcio, siendo también fuente de Potasio y Fosforo.

Las Proteínas contribuyen a que aumente y · se conserve la masa muscular, mientras que la Vitamina B6 contribuye al metabolismo normal das proteínas e do glicogénio, e o Potássio e o : de las proteínas y del glucógeno, y el Potasio el Calcio contribuven al funcionamiento normal de los músculos. Por otro lado, la Niacina. la Riboflavina, el Acido Pantoténico y la Vitamina B6 avudan a disminuir el cansancio









TOTAL WHEY GOLDNUTRITION® contains a high protein concentration (76%) exclusively based on concentrate and isolate Whey protein. one of the richest sources in branched chain amino acids (BCAA's). These proteins have a very quick solubility, digestion and absorption This is a formula with no added sugar, it contains only naturally occurring sugars, and the main sweetener used is sucralose the only non caloric sweetener made from sugar. To complete this formula, a digestive Enzymes complex - Lactase, Papain and Bromelain was added.

TOTAL WHEY GOLDNUTRITION® provides, high Protein, Thiamine, Riboflavin, Niacin, Pantothenic acid. Vitamin B6 and Calcium. and also a source of Potassium and Phosphorus, per daily dose.

Protein contributes to the maintenance and to a growth in muscle mass, while Vitamin B6 contributes to a normal protein and glycogen metabolism, and Potassium and Calcium contribute to a normal muscle function. Niacin, Riboflavin, Pantothenic acid and Vitamin B6 contribute to the reduction of tiredness and fatique.

Produced in an U.E. Certified Laboratory.

Produzido em Laboratório Certificado da U.E Producido en Laboratorio Certificado de la U.E. Consumir de preferência antes do fim de/L: Ver embalagem Consumir preferentemente antes del fin de/L: Ver envase









Rua dos Bem Lembrados, nº 141, Manigue 2645-471 Alcabideche - Portugal



**GOLDATHLETES.COM** 



**STRAWBERRY** 



ULTRA FILTERED HIGH PURITY PROTEIN!

- NUSCLE MASS: PROTEIN CONTRIBUTES TO A GROWTH IN MUSCLE MASS
- CONTAINS BCAA'S
- WITH NO ADDED SUGAR: CONTAINS NATURALLY OCCURRING SUGARS.







**CONCENTRATE** 





I DOOL DOOLO OLIISING: E DATIDOO	Olimited (OL	•,
INFORMAÇÃO NUTRICIONAL/ INFORMACIÓN Nutricional/ Nutritional Information	100 G	POR 2 BATIDOS/ PER 2 SHAKES (52)
VALOR ENERGÉTICO/ ENERGETIC VALUE	401,85 KGAL/ 1679,71 KJ	208,96 KCAL/ 873,45 KJ
LÍPIDOS/ GRASA/ FAT	6,44 G	3,346 G
DOS QUAIS SATURADOS/ DE LAS CUALES Saturadas/ of which saturated	3,84 G	1,99 G
HIDRATOS DE CARBONO/ CARBOHYDRATES	8,32 G	4,33 G
DOS QUAIS AÇÚCARES/ DE LOS CUALES Azúcares/ of which sugars	5,81 G	3,021 G
FIBRA/ FIBRA ALIMENTARIA/ FIBRE	0,19 G	0,10 G
PROTEÍNAS/ PROTEINS	77,66 G	40,38 G
SÓDIO/ SODIO/ SODIUM	197 MG	103 MG
POTÁSSIO/ POTASIO/ POTASSIUM	581 MG	302 MG (15% DDR')
FÓSFORO/ FOSFORO/ PHOSPHORUS	284 MG	148 MG (21% DDR')

CÁLCIO/ CALCIO/ CALCIUM	479 MG	(31% DDR*)
TIAMINA/ THIAMIN	2,078 MG	1,08 MG (98% DDR*)
RIBOFLAVINA/ RIBOFLAVIN	2,66 MG	1,38 MG (99% DDR*)
NIACINA/ NIACIN	29,701 MG	15,4 MG (96% DDR*)
ÁCIDO PANTOTÉNICO/ PANTOTHENIC ACID	9,163 MG	4,7 MG (78% DDR*)
VITAMINA B6/ VITAMIN B6	2,729 MG	1,4 MG (100% DDR*)
COMPOSIÇÃO/ COMPOSICIÓN/ COMPOSITION		
LACTASE/ LACTASA	0,5 G	0,3 G
BROMELAÍNA/ BROMELAIN	0,3 G	0,2 G
PAPAÍNA/ PAPAIN	0,3 G	0,2 G
AMINOÁCIDOS DE CADEIA RAMIFICADA/ AMINOÁCIDOS DE CADENA RAMIFICADA/ BRANCHED CHAIN AMINO ACIDS	100 G	POR 2 BATIDOS/ PER 2 SHAKES (52 G)
LEUGINA/ LEUGINE	8194 MG	4261 MG
ISOLEUCINA/ ISOLEUCINE	4947 MG	2572 MG
VALINA/ VALINE	4561 MG	2372 MG

\*NDR - NOSE DIÁRIA RECOMENDADA/CANTIDAD DIARIA RECOMENDADA/ RECOMMENDED DALLY DOSE

## TOTAL WHEY

Concentrados de proteína do soro de leite. Isolados de proteína do soro do leite. Aromatizante de morango Beterraba em pó, Lactase, Bromelaína Papaína, Sucralose, Nicotinamida, D-pantotenato de cálcio. Piridoxina HCL. Riboflavina, Tiamina HCL.

## Contém derivados do leite.

IIA. Tomar 1 batido 1 hora antes do treino e outro após o treino. Não exceder a toma diária recomendada.

: Para preparar um batido, adicionar 1 medida cheia (26 g) a 150 ml de água ou 250 ml de leite magro. Agitar bem e servir. Pode adicionar gelo para conferir uma melhor textura ao batido. IISO: Durante a gravidez ou aleitamento consulte o seu médico antes de tomar este produto. Não recomendado em caso de insuficiência renal ou alergia a algum dos constituintes. Não contém derivados de cereais nem glúten.

Os suplementos alimentares não devem ser utilizados como substitutos de um regime alimentar variado e equilibrado e de um modo de vida saudável.

Manter num local fresco e seco, ao abrigo da luz, fora do alcance das crianças.

### TOTAL WHEY

Concentrados de proteina de suero de la leche, Aislados de proteina de suero de la leche. Aromatizante de fresa. Remolacha en polyo, Lactasa, Bromelaina Papaina, Sucralosa, Nicotinamida, D-Pantotenato de calcio, Piridoxina HCL Riboflavina, Tiamina HCL, Contiene derivados de leche.

: Tomar 1 batido 1 hora antes del entrenamiento y otro inmediatamente después del entrenamiento. No superar la cantidad diaria recomendada. Para preparar 1 batido, adicionar una medida llena (26

g) a 150 ml de agua o 250 ml de leche desnatada, Mezclar bien v tomar, Se puede adicionar hielo para lograr una meior textura en el batido. Durante el embarazo o lactancia.

consulte su médico antes de utilizar este producto. No recomendado en caso de insuficiencia renal o alergia a alguno de los ingredientes. No contiene derivados de cereales o gluten.

Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustitutos de una dieta variada v equilibrada v un estilo de vida

Mantener en lugar fresco y seco, abrigado de la luz, fuera del alcance de los niños.

## TOTAL WHEY

Whey protein concentrate, Whey protein isolate. Strawberry Flavouring, Red beet powder, Lactase, Bromelain, Papain, Sucralose, Nicotinamide, Calcium D-Pantothenate, Pyridoxine HCL. Riboflavin, Thiamine HCL.

## Contains milk products. Y DOSE: Take 1 shake 1 hour before exercise

and another immediately after exercise. Do not exceed the recommended daily dose. N: Add 1 full scoop (26 a) to 150 ml of water or 250 ml of skimmed milk. Stir well and serve. You can mix ice cubes to give a better

IG. During pregnancy or breastfeeding consult your health-care assistant before taking this product. Not recommended in kidney failure or in case of allergy to any of the components. Do not contains cereal products or gluten.

Food supplements should not be used as a substitute for a varied and balanced diet and a healthy lifestyle.

Store out in a cool and dry place, away from

direct sunlight exposure, out of the reach of young





TOTAL WHEY GOLDNUTRITION® é uma fórmula rica em proteínas (76%), composta exclusivamente por proteínas isoladas e concentradas do soro de leite (proteína Whey), com uma elevada concentração em BCAA's (aminoácidos de cadeia ramificada Estas proteínas são altamente solúveis e de rápida absorção e digestão. O principal adocante utilizado é a Sucralose, o único adocante não calórico obtido a partir do acúcar. Esta fórmula não contém acúcares adicionados os acricares presentes encontram-se naturalmente nos ingredientes. Para completar esta fórmula, foi adicionado um complexo de Enzimas digestivas -Lactase, Papaína e Bromelaína.

A toma diária de TOTAL WHEY GOLDNUTRITION® fornece um alto teor de Proteínas. Tiamina. Riboflavina, Niacina, Ácido Pantoténico. Vitamina B6 e Cálcio, sendo também uma fonte de Potássio e Fósforo.

As Proteínas contribuem para o crescimento e a manutenção da massa muscular, enquanto a Vitamina B6 participa no metabolismo normal das proteínas e do glicogénio, e o **Potássio** e o : de las proteínas y del glucógeno, y el **Potasio** Cálcio têm um papel no normal funcionamento muscular, A Niacina, a Riboflavina, o Acido Pantoténico e a Vitamina B6 contribuem para a redução do cansaco e da fadiga.

Produzido em Laboratório Certificado da U.E



TOTAL WHEY GOLDNUTRITION® es una fórmula rica en proteínas (76%) compuesta exclusivamente por proteínas concentradas y aisladas de suero de leche (proteína Whey), que aportan una elevada cantidad de aminoácidos de cadena ramificada (BCAA's), Estas proteínas son altamente solubles, fáciles de digerir y de absorber. El edulcorante principal utilizado es la Sucralosa, el único edulcorante obtenido a partir del azúcar que no aporta calorías. En esta fórmula no fueron añadidos azúcares. los azúcares que contiene están naturalmente presentes en los ingredientes. Para completar esta fórmula, fue añadido un compleio de Enzimas digestivas – Lactasa, Papaina v

La toma diaria de TOTAL WHEY GOLDNUTRITION® aporta un alto contenido de Proteínas Tiamina, Riboflavina, Niacina, Acido Pantoténico, Vitamina B6 y Calcio, siendo

contribute to a normal muscle function. Niacin, Riboflavin, Pantothenic acid and Vitamin B6 contribute to the reduction of tiredness and fatique.

Produced in an U.E. Certified Laboratory.

Vitamina B6 avudan a disminuir el cansancio Producido en Laboratorio Certificado de la U.E.

también fuente de Potasio y Fosforo.

Las Proteínas contribuyen a que aumente y

· se conserve la masa muscular, mientras que la

Vitamina B6 contribuye al metabolismo normal

el Calcio contribuven al funcionamiento normal

de los músculos. Por otro lado, la Niacina.

la Riboflavina, el Acido Pantoténico y la







TOTAL WHEY GOLDNUTRITION® contains a high protein concentration (76%) exclusively based on concentrate and isolate Whey protein. one of the richest sources in branched chain amino acids (BCAA's). These proteins have a very quick solubility, digestion and absorption This is a formula with no added sugar, it contains only naturally occurring sugars, and the main sweetener used is sucralose the only non caloric sweetener made from sugar. To complete this formula, a digestive Enzymes complex - Lactase, Papain and Bromelain was added.

TOTAL WHEY GOLDNUTRITION® provides, high Protein, Thiamine, Riboflavin, Niacin, Pantothenic acid. Vitamin B6 and Calcium. and also a source of Potassium and Phosphorus, per daily dose.

Protein contributes to the maintenance and to a growth in muscle mass, while Vitamin B6 contributes to a normal protein and glycogen metabolism, and Potassium and Calcium





Consumir de preferência antes do fim de/L: Ver embalagem Consumir preferentemente antes del fin de/L: Ver envase Best before end/Batch: see package



Rua dos Bem Lembrados, nº 141. Manique 2645-471 Alcabideche - Portugal









ULTRA FILTERED HIGH PURITY PROTEIN!

- NUSCLE MASS: PROTEIN CONTRIBUTES TO A GROWTH IN MUSCLE MASS
- CONTAINS BCAA'S
- WITH NO ADDED SUGAR: CONTAINS NATURALLY OCCURRING SUGARS.





Agitar bem e servir. Pode adicionar gelo para conferir uma melhor textura ao batido. ISO: Durante a gravidez ou aleitamento consulte o seu médico antes de tomar este produto. Não recomendado em caso de insuficiência renal ou alergia a algum dos constituintes. Não contém derivados de cereais nem glúten.

modo de vida saudável

da luz, fora do alcance das criancas.

# INFORMAÇÃO NUTRICIONAL 🕒

INFORMACIÓN NUTRICIONAL | NUTRITIONAL INFORMATIO 1 DOSE/ DOSIS/ SERVING: 2 BATIDOS/ SHAKES (52 G) INFORMAÇÃO NUTRICIONAL/ INFORMACIÓN 100 G NUTRICIONAL/ NUTRITIONAL INFORMATION 401.85 KCAL VALOR ENERGÉTICO/ ENERGETIC VALUE 1679 71 KJ LÍPIDOS/ GRASA/ FAT 6.44 G DOS QUAIS SATURADOS/ DE LAS CUALES SATURADAS/ OF WHICH SATURATED 3.84 G HIDRATOS DE CARBONO/ CARBOHYDRATES 8.32 G

ATIDOS/	RIBOFLAVINA/ RIBOFLAVIN
KES (52 G) KCAL/	NIACINA/ NIACIN
15 KJ 16 G	ÁCIDO PANTOTÉNICO/ PANTOTHENIC ACID
96	VITAMINA B6/ VITAMIN B6
3 G	COMPOSIÇÃO/ COMPOSICIÓN/ COMPOSITION Lactase/ Lactasa
21 G	BROMELAÍNA/ BROMELAIN
0 G	PAPAÍNA/ PAPAIN Aminoácidos de Cadeia Ramificada/
BB G	AMINOÁCIDOS DE CADENA RAMIFICADA/
MG DDR')	BRANCHED CHAIN AMINO ACIDS  LEUCINA/ LEUCINE
MG	ISOLEUCINA/ ISOLEUCINE
DDR')	VALINA/ VALINE

CÁLCIO/ CALCIO/ CALCIUM

\*NOR - NOSE DIÁRIA RECOMENDADA/CANTIDAD DIARIA RECOMENDADA/ RECOMMENDED DALLY DOSE

5.81 G

0.19 G

77.66 G

197 MG

581 MG

284 MG

### TOTAL WHEY

DOS QUAIS ACÚCARES/ DE LOS CUALES

AZÚCARES/ OF WHICH SUGARS

PROTEÍNAS/ PROTEINS

SÓDIO/ SODIO/ SODIUM

FIBRA/ FIBRA ALIMENTARIA/ FIBRE

POTÁSSIO/ POTASIO/ POTASSIUM

FÓSFORO/ FOSFORO/ PHOSPHORUS

Concentrados de proteína do soro de leite. Isolados de proteína do soro do leite. Aromatizante de Baunilha Lactase, Bromelaína, Papaína, Sucralose Nicotinamida. D-pantotenato de cálcio. Piridoxina HCL, Riboflavina, Tiamina HCL, Contém derivados do leite.

Contiene derivados de leche. IA: Tomar 1 batido 1 hora antes hora antes del entrenamiento y otro do treino e outro após o treino. Não exceder inmediatamente después del entrenamiento. a toma diária recomendada No superar la cantidad diaria recomendada.

Para preparar um batido, adicionar 1 medida cheia (26 g) a 150 ml de água ou 250 ml de leite magro

Os suplementos alimentares não devem ser utilizados como substitutos de um regime alimentar variado e equilibrado e de um

Manter num local fresco e seco, ao abrigo

# TOTAL WHEY suero de la leche. Aislados de proteína de

suero de la leche. Aromatizante de vainilla.

Lactasa, Bromelaina, Papaína, Sucralosa,

Piridoxina HCL, Riboflavina, Tiamina HCL

DE EMPLEO: Tomar 1 batido 1

batido, adicionar una medida llena (26

g) a 150 ml de agua o 250 ml de leche

en el batido.

cereales o gluten.

desnatada, Mezclar bien v tomar, Se puede

adicionar hielo para lograr una meior textura

Durante el embarazo o lactancia

consulte su médico antes de utilizar este

producto. No recomendado en caso de

insuficiencia renal o alergia a alguno de los

ingredientes. No contiene derivados de

Los complementos alimenticios no deben

utilizarse como sustitutos de una dieta

variada v equilibrada v un estilo de vida

Mantener en lugar fresco y seco, abrigado

: de la luz, fuera del alcance de los niños.

Nicotinamida, D-Pantotenato de calcio.

Whey protein Concentrate, Whey Concentrados de proteína de protein Isolate, Vanilla Flavouring, Lactase, Bromelain, Papain, Sucralose, Nicotinamide Calcium D-Pantothenate, Pyridoxine HCL, Riboflavin, Thiamine HCL.

479 MG

2.078 MG

2.66 MG

29.701 MG

9.163 MG

2 729 MG

0.3 G

4947 MG

4561 MG

## Contains milk products.

TOTAL WHEY

LY DOSE: Take 1 shake 1 hour before exercise and another immediately after exercise. Do not exceed the recommended daily dose. Add 1 full scoop (26 a) to 150 ml of water or 250 ml of skimmed milk. Stir well and serve. You can mix ice cubes to give a better

249 MG (31% DDR\*)

1,08 MG (98% DDR\*)

1,38 MG (99% DDR\*)

15,4 MG (96% DDR\*)

0.3 G

0.2 G

0.2 G

POR 2 BATIDOS/

(52 G)

4261 MG

2572 MG

2372 MG

PER 2 SHAKES

 During pregnancy or breastfeeding consult your health-care assistant before taking this product. Not recommended in kidney failure or in case of allergy to any of the components. Do not contains cereal products or gluten.

Food supplements should not be used as a substitute for a varied and balanced diet and a healthy lifestyle.

Store out in a cool and dry place, away from direct sunlight exposure, out of the reach of young









**GOLDATHLETES.COM** 



TOTAL WHEY GOLDNUTRITION® é uma fórmula rica em proteínas (76%), composta exclusivamente por proteínas isoladas e concentradas do soro de leite (proteína Whey), com uma elevada concentração em BCAA's (aminoácidos de cadeia ramificada Estas proteínas são altamente solúveis e de rápida absorção e digestão. O principal adocante utilizado é a Sucralose, o único adocante não calórico obtido a partir do acúcar. Esta fórmula não contém acúcares adicionados os acricares presentes encontram-se naturalmente nos ingredientes. presentes en los ingredientes. Para completar Para completar esta fórmula, foi adicionado esta fórmula, fue añadido un compleio de Enzimas digestivas - Lactasa, Papaina y um complexo de Enzimas digestivas -

A toma diária de TOTAL WHEY GOLDNUTRITION® fornece um alto teor de Proteínas. Tiamina. Riboflavina, Niacina, Ácido Pantoténico. Vitamina B6 e Cálcio, sendo também uma fonte de Potássio e Fósforo.

Lactase, Papaína e Bromelaína.

As Proteínas contribuem para o crescimento e a manutenção da massa muscular, enquanto a Vitamina B6 participa no metabolismo normal das proteínas e do glicogénio, e o Potássio e o : de las proteínas y del glucógeno, y el Potasio Cálcio têm um papel no normal funcionamento muscular, A Niacina, a Riboflavina, o Acido Pantoténico e a Vitamina B6 contribuem para a redução do cansaco e da fadiga.

Produzido em Laboratório Certificado da U.E

TOTAL WHEY GOLDNUTRITION® es una fórmula rica en proteínas (76%) compuesta exclusivamente por proteínas concentradas y aisladas de suero de leche (proteína Whey), que aportan una elevada cantidad de aminoácidos de cadena ramificada (BCAA's). Estas proteínas son altamente solubles, fáciles de digerir y de absorber. El edulcorante principal utilizado es la Sucralosa, el único edulcorante obtenido a partir del azúcar que no aporta calorías. En esta fórmula no fueron añadidos azúcares. los azúcares que contiene están naturalmente

La toma diaria de TOTAL WHEY GOLDNUTRITION® aporta un alto contenido de Proteínas Tiamina, Riboflavina, Niacina, Acido Pantoténico, Vitamina B6 y Calcio, siendo también fuente de Potasio y Fosforo.

Las Proteínas contribuyen a que aumente y · se conserve la masa muscular, mientras que la Vitamina B6 contribuye al metabolismo normal el Calcio contribuven al funcionamiento normal de los músculos. Por otro lado, la Niacina. la Riboflavina, el Acido Pantoténico y la Vitamina B6 avudan a disminuir el cansancio

Producido en Laboratorio Certificado de la U.E.







TOTAL WHEY GOLDNUTRITION® contains a high protein concentration (76%) exclusively based on concentrate and isolate Whey protein. one of the richest sources in branched chain amino acids (BCAA's). These proteins have a very quick solubility, digestion and absorption This is a formula with no added sugar, it contains only naturally occurring sugars, and the main sweetener used is sucralose. the only non caloric sweetener made from sugar. To complete this formula, a digestive Enzymes complex - Lactase, Papain and Bromelain was added.

TOTAL WHEY GOLDNUTRITION® provides, high Protein, Thiamine, Riboflavin, Niacin, Pantothenic acid. Vitamin B6 and Calcium. and also a source of Potassium and Phosphorus, per daily dose.

Protein contributes to the maintenance and to a growth in muscle mass, while Vitamin B6 contributes to a normal protein and glycogen metabolism, and Potassium and Calcium contribute to a normal muscle function. Niacin, Riboflavin, Pantothenic acid and Vitamin B6 contribute to the reduction of tiredness and fatique.

Produced in an U.E. Certified Laboratory.

Consumir de preferência antes do fim de/L: Ver embalagem Consumir preferentemente antes del fin de/L: Ver envase























**CONCENTRATE** 

a toma diária recomendada.

Durante a gravidez ou aleitamento consulte o seu médico antes de tomar este produto. Não recomendado em caso de insuficiência renal ou alergia a algum dos constituintes. Não contém derivados de cereais nem glúten.

Os suplementos alimentares não devem ser utilizados como substitutos de um regime alimentar variado e equilibrado e de um modo de vida saudável.

Manter num local fresco e seco, ao abrigo da luz, fora do alcance das crianças.

# INFORMAÇÃO NUTRICIONAL 🕟 📨 💥

INFORMACIÓN NUTRICIONAL | NUTRITIONAL INFORMATION 1 DOSE/ DOSIS/ SERVING: 2 BATIDOS/ SHAKES (52 G)

IFORMAÇÃO NUTRICIONAL/ INFORMACIÓN Utricional/ Nutritional Information	100 G	POR 2 BATIDOS/ Per 2 Shakes (52 g)
ALOR ENERGÉTICO/ ENERGETIC VALUE	401,85 KCAL/ 1679,71 KJ	208,96 KCAL/ 873,45 KJ
PIDOS/ GRASA/ FAT	6,44 G	3,346 G
OS QUAIS SATURADOS/ DE LAS CUALES Aturadas/ of Which Saturated	3,84 G	1,99 G
IDRATOS DE CARBONO/ CARBOHYDRATES	8,32 G	4,33 G
OS QUAIS AÇÚCARES/ DE LOS CUALES Zúcares/ of Which Sugars	5,81 G	3,021 G
IBRA/ FIBRA ALIMENTARIA/ FIBRE	0,19 G	0,10 G
ROTEÍNAS/ PROTEINS	77,66 G	40,38 G
ÓDIO/ SODIO/ SODIUM	197 MG	103 MG
OTÁSSIO/ POTASIO/ POTASSIUM	581 MG	302 MG (15% DDR*)
ÓSFORO/ FOSFORO/ PHOSPHORUS	284 MG	148 MG (21% DDR*)

GALGIO/ GALGIO/ GALGIOM	4/3 MG	(31% DDR*)
TIAMINA/ THIAMIN	2,078 MG	1,08 MG (98% DDR*)
RIBOFLAVINA/ RIBOFLAVIN	2,66 MG	1,38 MG (99% DDR*)
NIACINA/ NIACIN	29,701 MG	15,4 MG (96% DDR*)
ÁCIDO PANTOTÉNICO/ PANTOTHENIC ACID	9,163 MG	4,7 MG (78% DDR*)
VITAMINA B6/ VITAMIN B6	2,729 MG	1,4 MG (100% DDR*)
COMPOSIÇÃO/ COMPOSICIÓN/ COMPOSITION		
LACTASE/ LACTASA	0,5 G	0,3 G
BROMELAÍNA/ BROMELAIN	0,3 G	0,2 G
PAPAÍNA/ PAPAIN	0,3 G	0,2 G
AMINOÁCIDOS DE CADEIA RAMIFICADA/ Aminoácidos de Cadena Ramificada/ Branched Chain Amino Acids	100 G	POR 2 BATIDOS/ Per 2 Shakes (52 g)
LEUGINA/ LEUGINE	8194 MG	4261 MG
ISOLEUCINA/ ISOLEUCINE	4947 MG	2572 MG
VALINA/ VALINE	4561 MG	2372 MG

CÁLCIO/ CALCIUM 479 MC 249 MG

\*DDR - DOSE DIÁRIA RECOMENDADA/CANTIDAD DIARIA RECOMENDADA/ RECOMMENDED DALLY DOSE

### TOTAL WHEY

S. Concentrados de proteína do soro de leite. Isolados de proteína do soro do leite. Cacau em pó. Aromatizante de chocolate, Lactase, Bromelaína, Papaína Sucralose, Nicotinamida, D-pantotenato de cálcio, Piridoxina HCL, Riboflavina. Tiamina HCL.

Contém derivados do leite.

MA DIÁRIA: Tomar 1 batido 1 hora antes do treino e outro após o treino. Não exceder inmediatamente después del entrenamiento. No superar la cantidad diaria recomendada.

Para preparar um batido, adicionar 1 medida cheia (26 g) a 150 ml de água ou 250 ml de leite magro Agitar bem e servir. Pode adicionar gelo para conferir uma melhor textura ao batido.

0: Durante el embarazo o lactancia consulte su médico antes de utilizar este producto. No recomendado en caso de insuficiencia renal o alergia a alguno de los ingredientes. No contiene derivados de cereales o gluten.

REDIENTES: Concentrados de proteína

de suero de la leche. Aislados de

proteína de suero de la leche. Cacao

en polvo. Aromatizante de chocolate

Contiene derivados de leche.

Lactasa, Bromelaina, Papaína, Sucralosa,

Piridoxina HCL, Riboflavina, Tiamina HCL,

Nicotinamida, D-Pantotenato de calcio.

DO DE EMPLEO: Tomar 1 batido 1

hora antes del entrenamiento y otro

batido, adicionar una medida llena (26

g) a 150 ml de agua o 250 ml de leche

desnatada. Mezclar bien y tomar. Se puede

adicionar hielo para lograr una mejor textura

Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustitutos de una dieta variada y equilibrada y un estilo de vida

en el batido.

TOTAL WHEY

Mantener en lugar fresco y seco, abrigado de la luz, fuera del alcance de los niños.

## TOTAL WHEY

Whey protein Concentrate, Whey protein Isolate, Cocoa Powder, Chocolate Flavouring, Lactase, Bromelain, Papain, Sucralose, Nicotinamide, Calcium D-Pantothenate Pyridoxine HCL. Riboflavin, Thiamine HCL. Contains milk products.

Y DOSE: Take 1 shake 1 hour before exercise and another immediately after exercise. Do not exceed the recommended daily dose. Add 1 full scoop (26 g) to 150 ml of water or 250 ml of skimmed milk. Stir well and serve. You can mix ice cubes to give a better

During pregnancy or breastfeeding consult your health-care assistant before taking this product. Not recommended in kidney failure or in case of allergy to any of the components. Do not contains cereal products or gluten.

Food supplements should not be used as a substitute for a varied and balanced diet and a healthy lifestyle.

Store out in a cool and dry place, away from direct sunlight exposure, out of the reach of young



**GOLDATHLETES.COM** 

WITH NO ADDED SUGAR: CONTAINS NATURALLY OCCURRING SUGARS.

NUSCLE MASS: PROTEIN CONTRIBUTES TO A GROWTH IN MUSCLE MASS

ULTRA FILTERED HIGH PURITY PROTEIN!

CONTAINS BCAA'S



TOTAL WHEY GOLDNUTRITION® é uma fórmula rica em proteínas (76%), composta exclusivamente por proteínas isoladas e concentradas do soro de leite (proteína Whey), com uma elevada concentração em BCAA's (aminoácidos de cadeia ramificada Estas proteínas são altamente solúveis e de rápida absorção e digestão. O principal adocante utilizado é a Sucralose, o único adocante não calórico obtido a partir do acúcar. Esta fórmula não contém acúcares adicionados os acricares presentes encontram-se naturalmente nos ingredientes.

A toma diária de TOTAL WHEY GOLDNUTRITION® fornece um alto teor de Proteínas. Tiamina. Riboflavina, Niacina, Ácido Pantoténico. Vitamina B6 e Cálcio, sendo também uma fonte de Potássio e Fósforo.

Para completar esta fórmula, foi adicionado

um complexo de Enzimas digestivas -

Lactase, Papaína e Bromelaína.

As Proteínas contribuem para o crescimento e a manutenção da massa muscular, enquanto a Vitamina B6 participa no metabolismo normal das proteínas e do glicogénio, e o Potássio e o : de las proteínas y del glucógeno, y el Potasio Cálcio têm um papel no normal funcionamento muscular, A Niacina, a Riboflavina, o Acido Pantoténico e a Vitamina B6 contribuem para a redução do cansaco e da fadiga.

Produzido em Laboratório Certificado da U.E





TOTAL WHEY GOLDNUTRITION® es una fórmula rica en proteínas (76%) compuesta exclusivamente por proteínas concentradas y aisladas de suero de leche (proteína Whey), que aportan una elevada cantidad de aminoácidos de cadena ramificada (BCAA's). Estas proteínas son altamente solubles, fáciles de digerir y de absorber. El edulcorante principal utilizado es la Sucralosa, el único edulcorante obtenido a partir del azúcar que no aporta calorías. En esta fórmula no fueron añadidos azúcares. los azúcares que contiene están naturalmente presentes en los ingredientes. Para completar esta fórmula, fue añadido un compleio de

La toma diaria de TOTAL WHEY GOLDNUTRITION® aporta un alto contenido de Proteínas Tiamina, Riboflavina, Niacina, Acido Pantoténico, Vitamina B6 y Calcio, siendo

Enzimas digestivas – Lactasa, Papaina v

también fuente de Potasio y Fosforo. Las Proteínas contribuyen a que aumente y se conserve la masa muscular, mientras que la Vitamina B6 contribuye al metabolismo normal el Calcio contribuven al funcionamiento normal de los músculos. Por otro lado, la Niacina. la Riboflavina, el Acido Pantoténico y la Vitamina B6 avudan a disminuir el cansancio



TOTAL WHEY GOLDNUTRITION® contains a high protein concentration (76%) exclusively based on concentrate and isolate Whey protein. one of the richest sources in branched chain amino acids (BCAA's). These proteins have a very quick solubility, digestion and absorption This is a formula with no added sugar, it contains only naturally occurring sugars, and the main sweetener used is sucralose. the only non caloric sweetener made from sugar. To complete this formula, a digestive Enzymes complex - Lactase, Papain and Bromelain was added.

Protein, Thiamine, Riboflavin, Niacin, and also a source of Potassium and Phosphorus, per daily dose.

Protein contributes to the maintenance and to a growth in muscle mass, while Vitamin B6 contributes to a normal protein and glycogen metabolism, and Potassium and Calcium contribute to a normal muscle function. Niacin, Riboflavin, Pantothenic acid and Vitamin B6 contribute to the reduction of

Produced in an U.E. Certified Laboratory.

Producido en Laboratorio Certificado de la U.E.

Consumir de preferência antes do fim de/L: Ver embalagem Consumir preferentemente antes del fin de/L: Ver envase





808 204 656

Rua dos Bem Lembrados, nº 141, Manique 2645-471 Alcabideche - Portugal



ECSPONTO AMARELO



TOTAL WHEY GOLDNUTRITION® provides, high Pantothenic acid. Vitamin B6 and Calcium.

tiredness and fatique.





**GOLDATHLETES.COM** 

CONTAINS BCAA'S WITH NO ADDED SUGAR: CONTAINS NATURALLY OCCURRING SUGARS.

NUSCLE MASS: PROTEIN CONTRIBUTES TO A GROWTH IN MUSCLE MASS

ULTRA FILTERED HIGH PURITY PROTEIN!

**CAPPUCCINO** 









modo de vida saudável.

cereais nem glúten.

# INFORMAÇÃO NUTRICIONAL 🕟 💴 💥

INFORMACIÓN NUTRICIONAL | NUTRITIONAL INFORMATION 1 DOSE/ DOSIS/ SERVING: 2 BATIDOS/ SHAKES (52 G)

FORMAÇÃO NUTRICIONAL/ INFORMACIÓN Tricional/ Nutritional information	100 G	POR 2 BATIDOS/ Per 2 Shakes (52 g
LOR ENERGÉTICO/ ENERGETIC VALUE	401,85 KCAL/ 1679,71 KJ	208,96 KGAL/ 873,45 KJ
PIDOS/ GRASA/ FAT	6,44 G	3,346 G
S QUAIS SATURADOS/ DE LAS CUALES Turadas/ of which saturated	3,84 G	1,99 G
DRATOS DE CARBONO/ CARBOHYDRATES	8,32 G	4,33 G
S QUAIS AGÚGARES/ DE LOS GUALES Úgares/ of Which Sugars	5,81 G	3,021 G
RA/ FIBRA ALIMENTARIA/ FIBRE	0,19 G	0,10 G
OTEÍNAS/ PROTEINS	77,66 G	40,38 G
DIO/ SODIO/ SODIUM	197 MG	103 MG
TÁSSIO/ POTASIO/ POTASSIUM	581 MG	302 MG (15% DDR')
SFORO/ FOSFORO/ PHOSPHORUS	284 MG	148 MG (21% DDR')

GALGIU/ GALGIU/ GALGIUM	479 MG	(31% DDR*)
TIAMINA/ THIAMIN	2,078 MG	1,08 MG (98% DDR*)
RIBOFLAVINA/ RIBOFLAVIN	2,66 MG	1,38 MG (99% DDR')
NIACINA/ NIACIN	29,701 MG	15,4 MG (96% DDR*)
ÁCIDO PANTOTÉNICO/ PANTOTHENIC ACID	9,163 MG	4,7 MG (78% DDR')
VITAMINA B6/ VITAMIN B6	2,729 MG	1,4 MG (100% DDR*)
COMPOSIÇÃO/ COMPOSICIÓN/ COMPOSITION		
LACTASE/ LACTASA	0,5 G	0,3 G
BROMELAÍNA/ BROMELAIN	0,3 G	0,2 G
PAPAÍNA/ PAPAIN	0,3 G	0,2 G
AMINOÁCIDOS DE CADEIA RAMIFICADA/ AMINOÁCIDOS DE CADENA RAMIFICADA/ Branched Chain amino acids	100 G	POR 2 BATIDOS/ PER 2 Shakes (52 g)
LEUCINA/ LEUCINE	8194 MG	4261 MG
ISOLEUCINA/ ISOLEUCINE	4947 MG	2572 MG
VALINA/ VALINE	4561 MG	2372 MG

\*DDR - DOSE DIÁRIA RECOMENDADA/CANTIDAD DIARIA RECOMENDADA/ RECOMMENDED DAILY DOSE

TOTAL WHEY

en el batido.

saludable.

cereales o gluten.

REDIENTES: Concentrados de proteína de

. Tomar 1 batido 1

inmediatamente después del entrenamiento.

No superar la cantidad diaria recomendada.

desnatada. Mezclar bien y tomar. Se puede

adicionar hielo para lograr una meior textura

Durante el embarazo o lactancia

consulte su médico antes de utilizar este

producto. No recomendado en caso de

insuficiencia renal o alergia a alguno de los

ingredientes. No contiene derivados de

Los complementos alimenticios no deber

utilizarse como sustitutos de una dieta

variada v equilibrada v un estilo de vida

Mantener en lugar fresco y seco, abrigado

de la luz, fuera del alcance de los niños.

batido, adicionar una medida llena (26

g) a 150 ml de agua o 250 ml de leche

hora antes del entrenamiento y otro

## TOTAL WHEY

Concentrados de proteína do soro de leite. Isolados de proteína do suero de la leche. Aislados de proteína de suero de la leche, Café liofilizado, Cacao soro do leite. Café liofilizado. Cacau em póen polvo, Lactasa, Bromelaina, Papaína, Lactase, Bromelaína, Papaína, Sucralose Nicotinamida. D-pantotenato de cálcio. Sucralosa, Nicotinamida, D-Pantotenato de calcio, Piridoxina HCL, Riboflavina, Tiamina Piridoxina HCL, Riboflavina, Tiamina HCL. HCL. Contiene derivados de leche. Contém derivados do leite.

RIA- Tomar 1 hatido 1 hora antes do treino e outro após o treino. Não exceder a toma diária recomendada.

: Para preparar um batido, adicionar 1 medida cheia (26 g) a 150 ml de água ou 250 ml de leite magro Agitar bem e servir. Pode adicionar gelo para conferir uma melhor textura ao batido. IISO: Durante a gravidez ou aleitamento consulte o seu médico antes de tomar este produto. Não recomendado em caso de insuficiência renal ou alergia a algum dos constituintes. Não contém derivados de

Os suplementos alimentares não devem ser utilizados como substitutos de um regime alimentar variado e equilibrado e de um

Manter num local fresco e seco, ao abrigo da luz, fora do alcance das criancas.

# TOTAL WHEY

REDIENTS: Whey protein Concentrate, Whey protein Isolate, Freeze dried coffee, Cocoa Powder Lactase Bromelain Panain Sucralose Nicotinamide, Calcium D-Pantothenate, Pyridoxine HCL. Riboflavin, Thiamine HCL.

## Contains milk products.

Take 1 shake 1 hour before exercise and another immediately after exercise. Do not exceed the recommended daily dose. Add 1 full scoop (26 g) to 150 ml of water or 250 ml of skimmed milk. Stir well and serve. You can mix ice cubes to give a better

During pregnancy or breastfeeding consult your health-care assistant before taking this product. Not recommended in kidney failure or in case of allergy to any of the components. Do not contains cereal products or gluten.

Food supplements should not be used as a substitute for a varied and balanced diet and a healthy lifestyle.

Store out in a cool and dry place, away from

direct sunlight exposure, out of the reach of young